



7月の献立表



日 付	昼 食	日 付	昼 食
1 日 (水)	ツナカレー チーズサラダ ヨーグルト	1 6 日 (木)	ご飯 肉豆腐 小松菜のなめ茸和え えび団子のすまし汁 果物
2 日 (木)	ビビンバ丼 長芋のごま風味和え 中華風スープ 果物	1 7 日 (金)	ポークハヤシライス ワカメいろどりサラダ フルーツヨーグルト
3 日 (金)	ご飯 肉団子の甘酢炒め 海藻サラダ ワンタンスープ 果物	2 1 日 (火)	ご飯 鯖の塩焼き おからのカレーポテサラ風 鶏とごぼうのすまし汁 果物
6 日 (月)	ご飯 ポテトミートオムレツ ブロッコリーとツナのサラダ ポトフ風スープ 果物	2 2 日 (水)	ご飯 豚肉の焼肉風炒め ブロッコリーの中華和え 春雨スープ パインゼリー
7 日 (火)	ご飯 赤魚のごまみそ焼き きゅうりとトマトの塩昆布和え セタそうめん汁 果物	2 3 日 (木)	ご飯 ポークラタトゥイユ ミニオムレツ 洋風きんぴら 果物
8 日 (水)	ご飯 鶏の焼き唐揚げ 桜エビともやしのポン酢和え 切り干し大根のみそ汁 りんごゼリー	2 4 日 (金)	ご飯 厚揚げとツナのチャンプル のりしお粉ふき芋 和風肉団子スープ 青りんごゼリー
9 日 (木)	鮭の三色丼 オクラのおかか和え 沢煮椀 果物	2 7 日 (月)	ビーンズキーマカレー レモン風味のコールスロー フルーツヨーグルト
1 0 日 (金)	ご飯 豆腐入りポークハンバーグ かぼちゃのサラダ オニオンコンソメスープ ぶどうゼリー	2 8 日 (火)	プルコギ丼 長芋の青のり和え 中華風スープ 果物
1 3 日 (月)	ご飯 肉じゃが煮 焼きししゃも ブロッコリーのオイマヨ和え ももゼリー	2 9 日 (水)	ご飯 鮭の塩焼き もやしと豆苗のゆかり和え 夏野菜の豚汁 果物
1 4 日 (火)	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き れんこんサラダ ジュリエンヌスープ 果物	3 0 日 (木)	焼き鳥丼 ほうれん草のおかかごま和え お麴のすまし汁 果物
1 5 日 (水)	ミートスパゲティ マリネ風サラダ きのこのコンソメスープ 果物	3 1 日 (金)	ツナカレー ハムサラダ ヨーグルトゼリー

